

El término “diagnóstico dual” hace referencia a casos donde la persona tiene una condición de salud mental y de forma simultánea tiene un problema de uso excesivo de sustancias. El diagnóstico dual, también conocido como diagnóstico coexistente, abarca una categoría muy extensa. Puede ir desde alguien que desarrolla una depresión leve debido al consumo excesivo de alcohol, hasta alguien con síntomas de trastorno bipolar que se vuelven más graves cuando consume en exceso sustancias como la heroína durante sus periodos de manía.

El uso excesivo de sustancias o la condición de salud mental puede manifestarse primero. Una persona que presenta una condición de salud mental puede recurrir a las drogas y al alcohol como una forma de automedicación, a fin de aliviar los síntomas de su condición de salud mental. Las investigaciones demuestran que el consumo de drogas y alcohol solo causa que los síntomas de las condiciones de salud mental sean peores. El consumo excesivo de sustancias también puede causar problemas de salud mental, ya que los efectos de las drogas afectan el estado de ánimo, los pensamientos, la química cerebral y el comportamiento de la persona.

### **¿Qué tan común es el diagnóstico dual?**

Casi un tercio de las personas que tienen una condición de salud mental, y cerca de la mitad de las personas que presentan los episodios más severos de estas condiciones también usan sustancias en exceso.

Los hombres son más propensos que las mujeres a desarrollar un trastorno coexistente. Los individuos con las peores situaciones socioeconómicas, los veteranos militares y las personas con otras condiciones médicas también tienen un alto riesgo de presentar un diagnóstico dual.

### **Síntomas**

La característica que define al diagnóstico dual es que tanto la condición de salud mental como el trastorno de uso excesivo de sustancias ocurren de forma simultánea. Debido a que pueden ocurrir muchas combinaciones de trastornos, los síntomas del diagnóstico dual varían considerablemente. Los síntomas del uso excesivo de sustancias pueden incluir:

- Distanciarse de tus amigos y familiares.
- Cambios repentinos en el comportamiento.
- Consumir sustancias en condiciones peligrosas.
- Realizar actos arriesgados cuando estás ebrio o drogado.
- Perder el control al consumir sustancias.
- Hacer cosas que normalmente no harías para mantener el hábito.
- Desarrollar síntomas de tolerancia y abstinencia.
- Dependere de la droga para poder desenvolverte.

Los síntomas de una condición de salud mental también pueden variar considerablemente. Conocer los signos de alerta, por ejemplo, cambios extremos del estado de ánimo, pensamientos confusos o problemas para concentrarse, distanciamiento de los amigos y actividades sociales, y pensamientos suicidas, puede ayudar a identificar si hay una razón para buscar ayuda.

## **¿Cómo se trata el diagnóstico dual?**

Hoy en día, el método de tratamiento más común para el diagnóstico dual es la intervención integral, en la cual una persona recibe atención para tratar la condición de salud mental y el uso excesivo de sustancias. Como el diagnóstico dual puede ocurrir de muchas maneras, el tratamiento no será el mismo para todos.

### **Desintoxicación**

El primer gran reto que las personas con diagnóstico dual deben superar es la desintoxicación. Durante la desintoxicación hospitalaria, el personal médico monitorea a la persona constantemente durante una semana como máximo. La desintoxicación hospitalaria es generalmente más eficaz que la desintoxicación ambulatoria para lograr un estado de sobriedad inicial. Esto se debe a que el tratamiento hospitalario proporciona un ambiente consistente y evita que la persona que combate la adicción esté expuesta a las personas y lugares asociados con el consumo.

### **Rehabilitación hospitalaria**

Una persona que presenta una condición grave de salud mental, y patrones dependientes y peligrosos de consumo excesivo de sustancias puede recibir más beneficios en un centro de rehabilitación hospitalaria donde se proporciona atención médica y en salud mental 24 horas al día, 7 días a la semana. Estos centros de tratamiento ofrecen terapia, apoyo, medicamentos y servicios de salud con el fin de tratar adicciones y sus causas subyacentes. Las viviendas de apoyo, por ejemplo, viviendas comunitarias o viviendas de transición para vivir sobrio, son otro tipo de centro de tratamiento residencial, el cual es más útil para personas que están volviendo a un estado de sobriedad o tratan de evitar una recaída.

### **Medicamentos**

Los medicamentos son una herramienta útil para tratar una variedad de condiciones de salud mental. Dependiendo de los síntomas de las condiciones de salud mental que tenga una persona, los medicamentos pueden desempeñar un papel importante en su recuperación. Ciertos medicamentos también son útiles para las personas que usan sustancias en exceso. Estos medicamentos se utilizan para tratar síntomas de abstinencia o estimular la recuperación. Los medicamentos para los síntomas de abstinencia se recetan durante el proceso de desintoxicación.

### **Psicoterapia**

La psicoterapia casi siempre es una parte significativa de un plan de tratamiento eficaz del diagnóstico dual. Innumerables estudios han demostrado que tener conocimiento de la condición de la persona y cómo sus creencias y comportamientos influyen en sus pensamientos permite tratar mejor los síntomas de la condición de salud mental y el uso excesivo de sustancias. Particularmente, la terapia cognitivo-conductual (TCC) es eficaz para ayudar a que las personas con diagnóstico dual aprendan cómo sobrellevar y cambiar sus patrones ineficaces de pensamiento.

### **Autoayuda y grupos de apoyo**

Lidiar con un diagnóstico dual puede ser un proceso desafiante y solitario. Los grupos de apoyo permiten que sus miembros compartan las frustraciones, éxitos, referencias para especialistas y lugares donde encontrar los mejores recursos comunitarios, y ofrezcan consejos sobre lo que funciona mejor en el proceso de recuperación. Además, los miembros forman relaciones y encuentran motivación para mantenerse sobrios.

NAMI

3803 N. Fairfax Drive, Suite 100  
Arlington, VA 22203

[www.nami.org](http://www.nami.org)

NAMI HelpLine: 800-950-NAMI (6264)

 [NAMI](#) |  [namicomunicate](#)